



Comunità monastica
«Santissima Trinità»
MONASTERO DI DUMENZA

«Pace a voi!»

Orario quotidiano
e avvisi agli ospiti

ORARIO QUOTIDIANO

- 5:00 SVEGLIA
- 5:20 UFFICIO DELLE LETTURE
(Colazione self-service dopo l'ufficio fino alle 9:15)
- 6:45 LODI MATTUTINE
(Dalle 7:30 tempo di silenzio e 'lectio divina' personale)
- 8:30 EUCARISTIA
- 12:15 PREGHIERA DI SESTA *(Segue pranzo)*
Preghiera di Nona personale (non comunitaria)
- 17:45 PREGHIERA SILENZIOSA e VESPRI
(Segue un tempo di silenzio e preghiera personale)
- 19:45 CENA
(Per chi lo desidera segue ricreazione con la Comunità)
- 21:15 COMPIETA
(Segue il «grande silenzio» sino al mattino seguente)

VARIAZIONI

PER ALCUNI GIORNI DELLA SETTIMANA

MERCOLEDÌ

Dopo cena non c'è ricreazione

20:30 PREGHIERA SILENZIOSA IN CAPPELLA

21:00 COMPIETA

GIOVEDÌ

Non c'è l'Eucarestia al mattino

17:45 EUCHARISTIA NELLA MEMORIA
DELLA CENA DEL SIGNORE

VENERDÌ

Non c'è l'Eucarestia (tranne nelle feste)

18:45 LECTIO DIVINA *in salone (Digiuno)*

21:00 COMPIETA

SABATO

19:00 CENA

21:00 VIGILIE (*Non c'è Compieta*)

DOMENICA

7:00 LODI MATTUTINE
(*Colazione a seguire*)

10:00 EUCHARISTIA

12:15 ORA SESTA (*Segue pranzo*)

18:00 VESPRI

19:30 CENA

(Segue ricreazione riservata alla Comunità monastica)

La «pace» che solo la presenza di Dio può dare



Caro ospite,
benvenuto nella nostra casa,
siamo contenti
di condividere insieme a te
la nostra vita
di solitudine e fraternità
alla ricerca del volto del Signore.

Il priore e i fratelli monaci
della Comunità «Ss.ma Trinità»

• Immagine di copertina: ELENA CERKASOVA, Apparizione del Risorto ai discepoli



1. ASCOLTA LA TUA VITA: È IL LUOGO DOVE DIO AMA INCONTRARTI E PARLARTI

In questi giorni, attraverso il silenzio e la solitudine che ti consigliamo di vivere e custodire, potrai far emergere la “verità della tua vita” che le fatiche quotidiane spesso soffocano.

- Perché questo sia possibile, per te e per gli altri, fai in modo di limitare allo stretto necessario le comunicazioni in camera o nei corridoi e sempre mantenendo un tono di voce basso.

- Ti proponiamo inoltre la sfida di limitare l’uso del telefono cellulare, attendendo alle telefonate non in camera ma negli ambienti comuni come la sala ospiti oppure recandoti all’esterno.

- Per qualsiasi ascolto (audio, radio, musica...) o per parlare e riflettere in comune con altre persone utilizza la sala ospiti oppure concorda con il fratello foresterario l’utilizzo di un ambiente riservato nel monastero.

- Tutti quanti osserviamo il gran silenzio della notte, da fine Com-

pieta (ore 21:30) al termine della S. Messa (ore 9:30) del mattino seguente.

- Negli ambienti comuni hai la possibilità di accedere a internet attraverso una connessione Wi-Fi; password: pragaletto.

2. DIALOGA CON DIO NELLA GIOIA E NELLA FATICA CON CUORE FIDUCIOSO: PREGHIERA COMUNITARIA, LETTURA DELLA PAROLA, DISCERNIMENTO

Per comprendere e condividere il senso di una vita spesa in monastero, è necessario un atto di fiducia, libero e gioioso. Unisciti a noi durante i momenti di preghiera comunitari, nel modo e nei tempi che preferisci; scoprirai, inizialmente, tutta la fatica di entrare in una relazione autentica con Dio, ma col passare dei giorni ne assaporerai i frutti. In ogni caso, non sentirti mai giudicato dalla comunità ...

- La cappella del monastero è a tua disposizione in ogni momento della giornata per la preghiera personale. Solo abbi cura di non lasciare nulla di personale (Bibbia, libri, indumenti).

- Per partecipare attivamente ai momenti liturgici della comunità, sempre celebrati in cappella, troverai il sussidio proprio all'ingresso.

- La preghiera cantata dei salmi richiede per tutti lo sforzo di formare un unico coro dove nessuna voce emerga o si imponga.

- Durante la celebrazione della S. Messa, al momento della comunione, se lo desideri, potrai accedere sia al Corpo sia al Sangue del Signore; per questo percorri con ordine le due file che i monaci formeranno a tale scopo.

- Due monaci sono anche sacerdoti: con essi è sempre possibile, dietro richiesta, celebrare il sacramento della riconciliazione; invece con tutti i fratelli professi solenni, sempre in tempi e modi concordati, è possibile avere un colloquio spirituale.

- Camminare e riscoprire il contatto con la natura favorisce la meditazione e la preghiera: il parco del monastero è a tua disposizione con panchine e sedie; è fatta eccezione per le aree riservate al lavoro dei monaci e segnalate con appositi cartelli. Se invece decidi di intraprendere una gita nei nostri bei boschi circostanti, per una maggiore tutela, ricordati di portare con te il cellulare e di avvisare sempre il fratello portinaio o il foresterario lasciando loro il tuo numero.

- Lungo l'anno, a discrezione della comunità, saranno offerte meditazioni sulla Parola (*lectio*) a cui liberamente potrai partecipare.

3. INCONTRO CON I MONACI E GLI ALTRI OSPITI: FRATERNITÀ E RISERVATEZZA

Una preghiera feconda e un discernimento autentico sulla tua vita richiedono un certo raccoglimento, non facile da raggiungere e comunque mai immediato. Nei momenti di maggior fatica non esitare ad avvicinare un fratello della comunità: lo troverai disponibile per l'ascolto e la condivisione dei frutti del suo cammino monastico. Col suo aiuto, forse, sarà più facile.

- La Comunità desidera accogliere fraternamente i suoi ospiti, per questo apre liberamente la partecipazione alla ricreazione serale dopo cena. Consigliamo a tutti di parteciparvi almeno una volta così da poterci conoscere meglio.

- Ti invitiamo a rispettare tempi e luoghi propri della vita dei monaci; insieme ci aiutiamo a custodire la nostra clausura del cuore.

- Il monastero offre la possibilità di incontrare altre persone, ma non è il suo obiettivo primario. È bene impegnarsi a riconoscere chi desidera una qualche forma di condivisione da chi invece preferisce vivere un tempo di maggior silenzio e riservatezza.

- Al termine del tuo soggiorno, se lo desideri, puoi pulire la camera; in fondo al corridoio della foresteria, in un ripostiglio, sono conservati tutti gli strumenti necessari per la pulizia.

- La permanenza in monastero non prevede alcun costo. Se lo desideri puoi lasciare un'offerta anonima nella cassetta posta vicino alle camere.

**«Tutti gli ospiti
che giungono in monastero
siano ricevuti come Cristo,
poiché un giorno egli dirà:
"Sono stato ospite
e mi avete accolto"»**

REGOLA DI SAN BENEDETTO 53,1



COMUNITÀ MONASTICA «SS. TRINITÀ»

Località Pragaletto, 3 - 21010 Dumenza (VA)

Linea 1: 0332/517416; Linea 2: 349/5458761; Linea 3: 349/3598939

E-mail: monastero@monasterodumenza.it

www.monasterodumenza.it